



令和8年2月25日
大田区立調布大塚小学校
養護教諭

卒業・進級の季節を迎えました。この一年で大きく成長したこども達の姿を嬉しく思います。日々の体調管理やご家庭の温かな見守りに感謝いたします。新しい学年に向けて、学校とご家庭が連携しながら、健康第一で歩いていけるようにこれからも応援していきます。



保健室利用件数

令和7年4月7日～2月9日現在

2,764件

今年度は救急搬送が必要な怪我や病気等がなく安全・健康に学校生活を過ごすことができました。

内科	理由	件数
1位	気分不良	286件
2位	頭痛	207件
3位	腹痛	129件

外科	理由	件数
1位	すり傷	383件
2位	だぼく	347件
3位	ねんざ	130件

場所別	理由	件数
1位	校庭	448件
2位	教室	285件
3位	体育館	124件

時間別	理由	件数
1位	休み時間	448件
2位	体育	285件
3位	体育以外の授業	124件

何となく気分が悪い…という理由で心と体を休めるために利用する児童が多くいました。

季節の変わり目や天候が不安定な時、頭痛を訴える児童も多くいました。

おにごっこ中に転倒してひざをすりむく、誰かとぶつかってだぼくするというけががとても多かったです。おにごっこをしているときも周りの様子をよく見ること、すり傷ができたときは、自分で砂を洗い流してくることを繰り返し指導しています。

校庭でのけがが圧倒的に多かったです。体育館より教室でのけがの方が多かったのが意外でした。教室でのけがの多くは紙で指先を切ったという軽微なけがでした。



中休みや昼休みの時間のけがが多かったです。

6～9月の暑い季節は校庭遊びが中止になることも多く、けがは少なかったのですが、10月以降、涼しく、運動に適した季節になってからけがが急増しました。11月は他の月の2倍の111件数でした。

意識がない！？普段通りの呼吸もしていない！？



そのような緊急事態の対応のために、調布大塚小学校では **AED**（自動体外式除細動器）が **1・6年生の昇降口** に設置されています。

AEDを使用することで救命の可能性が約4倍に上がりますが、使用が1分遅れるごとに生存退院率が7～10%低下するといわれています。東京消防庁管内では救急車の現場到着時間の平均は約9分であることから、迅速・適切にAEDを使用できるか否かが救命に大きくかかわっているといえます。



花粉シーズン到来!



スギ花粉飛散が始まってすぐの2月の2週目頃から、敏感な児童は目のかゆみや、充血、鼻水等のスギ花粉によるアレルギー症状が出ています。花粉症対策用の眼鏡の着用や、花粉の飛散のピークの時期には外出をなるべく控える等、症状が悪化しないように毎年対策している児童もいるようです。

服薬の影響で眠気を強く感じてしまう、校庭での体育や外での活動を控えた方がよい等、学校で配慮が必要な場合は、担任または養護教諭にお知らせください。

飛んでいます スギ花粉

花粉症対策の基本は とにかく花粉を避けること!

マスクをつける
マスクの中のガーゼをしめらせておくで効果大!

帽子をかぶる
髪の毛に花粉がつかないように

メガネをかける
顔とのあきまがせまいもの良い。専用のものも売ってます!

ツルツル素材のコートを着る
服に花粉がつくのを防げます

室内に入るときに
頭や洋服についた花粉をおい落とそう

周囲の人達の協力も必要です

こまめにうがい・手洗い
洗顔・洗眼
とにかく花粉を洗い流そう

かぜをひかないように注意しよう
症状が悪化します
かぜだか花粉症だかわかんない!
もうぐちゃぐちゃ...

薬を服用する際は、決められた用法・用量を守って服用するようにしましょう



スギ花粉の飛散ピークは、関東では2月下旬からとなるでしょう。広い範囲でピークとなるのは3月上旬から中旬の見込みです。ヒノキ花粉のピークは3月下旬から4月上旬でしょう。2026年春の花粉飛散量は東日本では例年より多く、非常に多い所もある見込みです。 (日本気象協会 HP より抜粋)

来年度の定期健康診断について

4月に入るとすぐに定期健康診断が始まります。学校医による健診では、下校時刻が時程で決まった時刻より遅くなる場合があります。4月の学校だよりで下校時間をご確認ください。



今年度、健診結果のお知らせをもらった児童の中で未受診のものがありましたら、春休み中に受診されることをおすすめします。

